식단표

2026년 07월

내외동주간보호센타

구분				수(07.01)	목(07.02)	금(07.03)	토(07.04)
점심 식단				쌀밥 김치돼지국 생선조림 가지나물 물김치 김치	쌀밥 시락국 닭도리탕 두부전 버섯볶음 김치	쌀밥 맑은콩나물국 생선까스 계란찜 무우나물 김치	쌀밥 해물탕 두루치기 감자볶음 멸치볶음 김치
저녁 식단				쌀밥 육계장 양파찌 야채샐러드 계절나물 김치	쌀밥 해물탕 카레라이스 무우조림 계절나물 김치	쌀밥 소고기국 오이무침 버섯야채볶음 계절나물 김치	쌀밥 추어탕 동그랑땡전 오징어젓갈 계절나물 김치
오전 간식				누룽지죽 생강차	시락죽 매실차	김치콩나물죽 대추차	해물계란죽 모과차
오후 간식				키위 검은콩두유	찐옥수수 포도주스	복숭아 요플레	참외 보리차
구분	일(07.05)	월(07.06)	화(07.07)	수(07.08)	목(07.09)	금(07.10)	토(07.11)
점심 식단		쌀밥 두부계란탕 생선조림 카레라이스 계절나물 김치	쌀밥 미역국 돼지불백 양념깻잎 계절나물 김치	쌀밥 소고기국 감자코로켓 콩자반 계절나물 김치	쌀밥 시락국 닭도리탕 계란장조림 계절나물 김치	쌀밥 꽃게된장국 생선구이 오이무침 계절나물 김치	쌀밥 새우콩나물국 두루치기 양배추쌈 계절나물 김치
저녁 식단		쌀밥 소고기무우국 가지볶음 도토리묵&양념 계절나물 김치	쌀밥 추어탕 숙주나물 소세지전 계절나물 김치	쌀밥 닭곰탕 닭다리 미역줄기볶음 계절나물 김치	쌀밥 유부된장국 생선조림 부추전 계절나물 김치	쌀밥 시락국 두루치기 다시마채나물 계절나물 김치	쌀밥 해물탕 생선까스 열무김치 계절나물 김치
오전 간식		계란죽 결명자차	미역죽 우엉차	소고기죽 유자차	닭죽 현미차	누룽지죽 생강차	새우계란죽 매실차
오후 간식		쌀과자 야구르트	사과 쌀음료	찐감자 우유	자두 요플레	단팥빵 두유	바나나 오렌지쥬스
구분	일(07.12)	월(07.13)	화(07.14)	수(07.15)	목(07.16)	금(07.17)	토(07.18)
점심 식단		쌀밥 소고기무우국 애호박전 도토리묵&양념 계절나물 김치	쌀밥 추어탕 김가루무침 잡채 계절나물 김치	쌀밥 닭곰탕 닭다리 콩나물찜 야채샐러드 김치	쌀밥 유부된장국 생선조림 계란찜 멸치볶음 김치	쌀밥 시락국 두루치기 두부조림 계절나물 김치	쌀밥 해물탕 생선까스 미역줄기볶음 숙주나물 김치
저녁 식단		쌀밥 두부계란탕 오이나물 양배추쌈 계절나물 김치	쌀밥 미역국 김가루무침 계란장조림 계절나물 김치	쌀밥 소고기국 생선구이 콩자반 계절나물 김치	쌀밥 시락국 돈까스 계란장조림 계절나물 김치	쌀밥 꽃게된장국 잡채 오이무침 계절나물 김치	쌀밥 새우콩나물국 어묵전 양배추나물 계절나물 김치
오전 간식		소고기무우죽 대추차	야채죽 모과차	닭곰죽 결명자차	유부된장죽 우엉차	시락죽 유자차	해물죽 현미차
오후 간식		카스타드 우유	참외 야구르트	찐고구마 두유	복숭아 아몬드밀크	키위 요플레	토마토 보리차

구분	일(07.19)	월(07.20)	화(07.21)	수(07.22)	목(07.23)	금(07.24)	토(07.25)
점심 식단		쌀밥 꽃게된장국 오이무침 부추전 계절나물 김치	쌀밥 무우채국 코다리조림 양파찌 계절나물 김치	쌀밥 시락국 닭도리탕 콩자반 계절나물 김치	쌀밥 콩나물국 두루치기 양념깻잎 계절나물 김치	쌀밥 들깨미역국 생선까스 콩나물찜 계절나물 김치	쌀밥 소고기국 계란찜 버섯야채볶음 계절나물 김치
저녁 식단		쌀밥 김치돼지국 소불고기볶음 가지나물 나박김치 김치	쌀밥 시락국 야채샐러드 호박전 버섯볶음 김치	쌀밥 맑은콩나물국 시금치나물 계란찜 양파찌 김치	쌀밥 해물탕 두루치기 쏘야볶음 오징어젓갈 김치	쌀밥 시락국 오리훈재 어묵볶음 계절나물 김치	쌀밥 계란두부탕 돼지불백 모듬야채전 계절나물 김치
오전 간식		누룽지죽 생강차	계란무우죽 매실차	시락죽 대추차	김치콩나물죽 모과차	들깨미역죽 결명자차	소고기죽 우엉차
오후 간식		바나나 우유	찐감자 두유	수박 보리차	카스타드 아몬드밀크	쌀과자 요플레	찐고구마 옥수수수염차
구분	일(07.26)	월(07.27)	화(07.28)	수(07.29)	목(07.30)	금(07.31)	
점심 식단		쌀밥 시락국 오리훈재 호박나물 계절나물 김치	쌀밥 육계장 콩나물무침 야채샐러드 계절나물 김치	쌀밥 해물탕 카레라이스 생선조림 계절나물 김치	쌀밥 계란두부탕 두루치기 모듬야채전 계절나물 김치	쌀밥 추어탕 오이나물 참치김치볶음 계절나물 김치	
저녁 식단		쌀밥 꽃게된장국 닭도리탕 부추전 계절나물 김치	쌀밥 무우채국 쏘세지야채볶음 깻잎양념 계절나물 김치	쌀밥 시락국 감자코로켓 콩자반 계절나물 김치	쌀밥 콩나물국 두루치기 상추쌈 계절나물 김치	쌀밥 들깨미역국 미트볼볶음 물김치 계절나물 김치	
오전 간식		시락죽 유자차	닭죽 현미차	해물죽 생강차	계란죽 매실차	참치죽 대추차	
오후 간식		삶은계란 우유	카스텔라 두유	쌀과자 오렌지쥬스	양갱 야구르트	바나나 요플레	

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 식단은 업체 식자재 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.